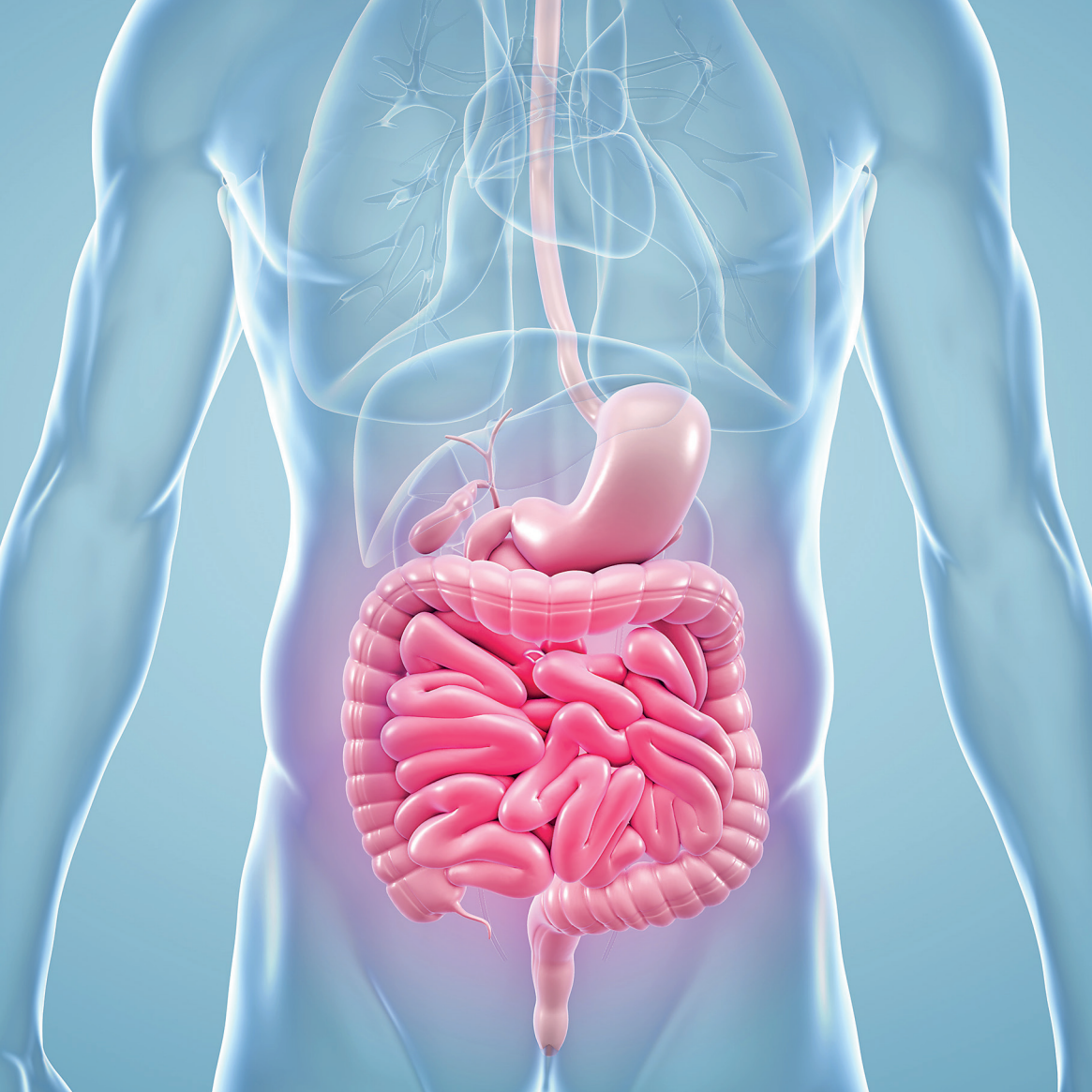
metabolic balance

MIT LEICHTIGKEIT ZU MEHR
GESUNDHEIT UND VITALITÄT

IHR INDIVIDUELLER
STOFFWECHSEL- & ERNÄHRUNGSPLAN

www.metabolic-balance.com

DE_DE



WIE STELLEN SIE IHREN STOFFWECHSEL ZURÜCK AUF ANFANG?

Gesundheit und die richtige Ernährung werden für immer mehr Menschen zum zentralen Lebensinhalt.

Sind Sie bereit, Ihren Stoffwechsel auf eine gesunde Ernährung umzustellen und eine neue Lebensqualität zu erfahren?

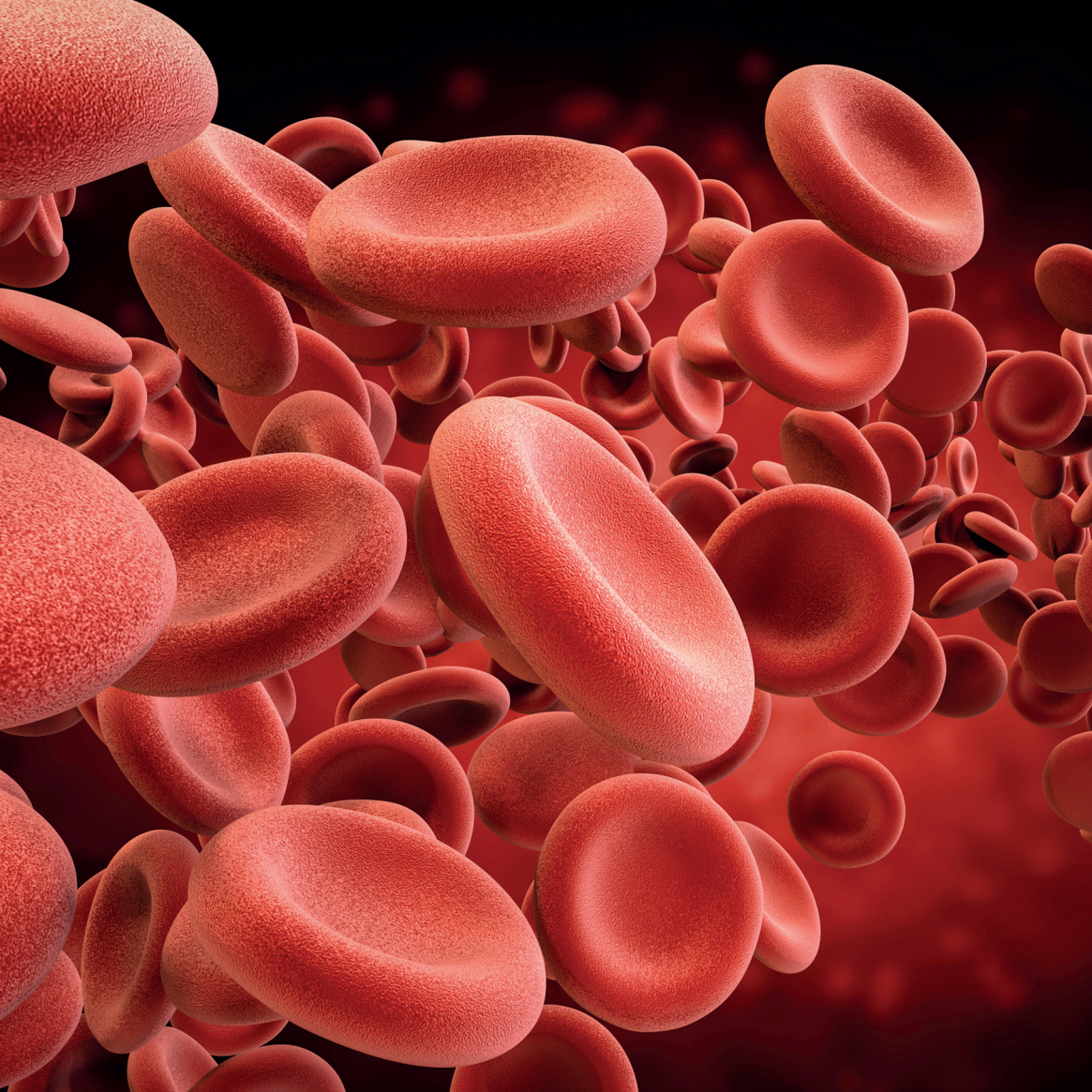
Eine Stoffwechselumstellung kann ernährungsbedingte Stoffwechselerkrankungen positiv beeinflussen, beim Abnehmen helfen und zu mehr Gesundheit, Wohlbefinden und Vitalität führen.

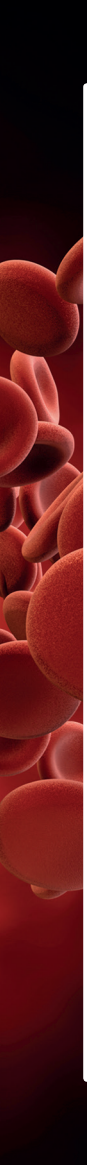
Der Stoffwechsel ist die Grundlage aller lebenswichtigen Vorgänge im Körper und umfasst die Gesamtheit der biochemischen Prozesse, die im Körper ablaufen.

MÖCHTEN SIE IHRE LEBENSQUALITÄT STEIGERN?

Mit Metabolic Balance:

- fördern und erhalten Sie Ihre Gesundheit,
- steigern Sie Ihre Vitalität und Leistungsfähigkeit,
- erhöhen Sie Ihre Belastbarkeit privat und im Beruf,
- entgiften Sie Ihren Körper,
- halten Sie Ihr Gewicht in gesunder Balance,
- bleiben Sie fit bis ins hohe Alter.





36 BLUT-WERTE

36 überprüfte Blutwerte und Parameter bilden die Ausgangsbasis.
Sie geben präzise Auskunft über:

- Ihren Gesundheitszustand
- Ihre Stoffwechselstörungen
- Defizite an Vitalstoffen und damit verbundene Stoffwechselblockaden.

Die Blutanalyse - kombiniert mit den persönlichen Angaben und den Lebensmittelinhaltsstoffen - ist die Basis für den individuellen Metabolic Balance Ernährungsplan.

Damit ist es möglich, für jeden Teilnehmer die passenden Lebensmittel hinsichtlich seines Nährstoffbedarfs auszuwählen, die seinen Stoffwechsel optimal unterstützen und ausbalancieren.

BLUT VERSORGT DEN KÖRPER MIT SAUER- & NÄHRSTOFFEN.

Weil es den ganzen Körper durchströmt, kann es Krankheitszeichen aus allen Körperteilen übermitteln.

Anhand der Blutwerte lässt sich daher analysieren, welche Nährstoffe zu wenig vorhanden sind oder mit welchen der Teilnehmer ausreichend versorgt ist.

Das Blut verrät uns auch, wie gut die Organe funktionieren und ob Entzündungen oder Risiken für eine Krankheit vorliegen.

Die Bestimmung der Laborwerte findet immer mehr Eingang in die moderne Behandlung von Übergewicht, Diabetes, Bluthochdruck und vielen weiteren Krankheitsbildern.

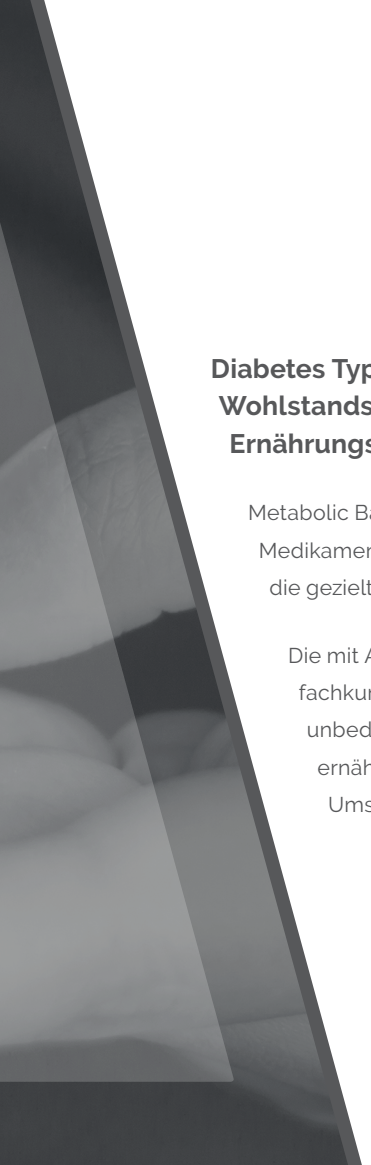
So bieten umfassende Blutwerte den immensen Vorteil, eventuelle Schwachstellen und Defizite aufzudecken, den Plan entsprechend anzupassen oder gegebenenfalls an einen Arzt zu weiteren Abklärungen zu verweisen.

MÜDE?
ABGESPANNT?
BURNOUT?
ÜBERGEWICHT?

DIABETES MELLITUS

Weltweit sind bereits mehr als 425 Mio. Menschen an Diabetes erkrankt. Das sind 1 von 11 Personen. 12% der globalen Gesundheitsausgaben werden für Diabetes ausgegeben (727 Mrd US$ in 2017).

In Deutschland gibt es aktuell mehr als 6 Millionen Menschen mit Diabetes, mit fast 1.000 Neuerkrankungen pro Tag.

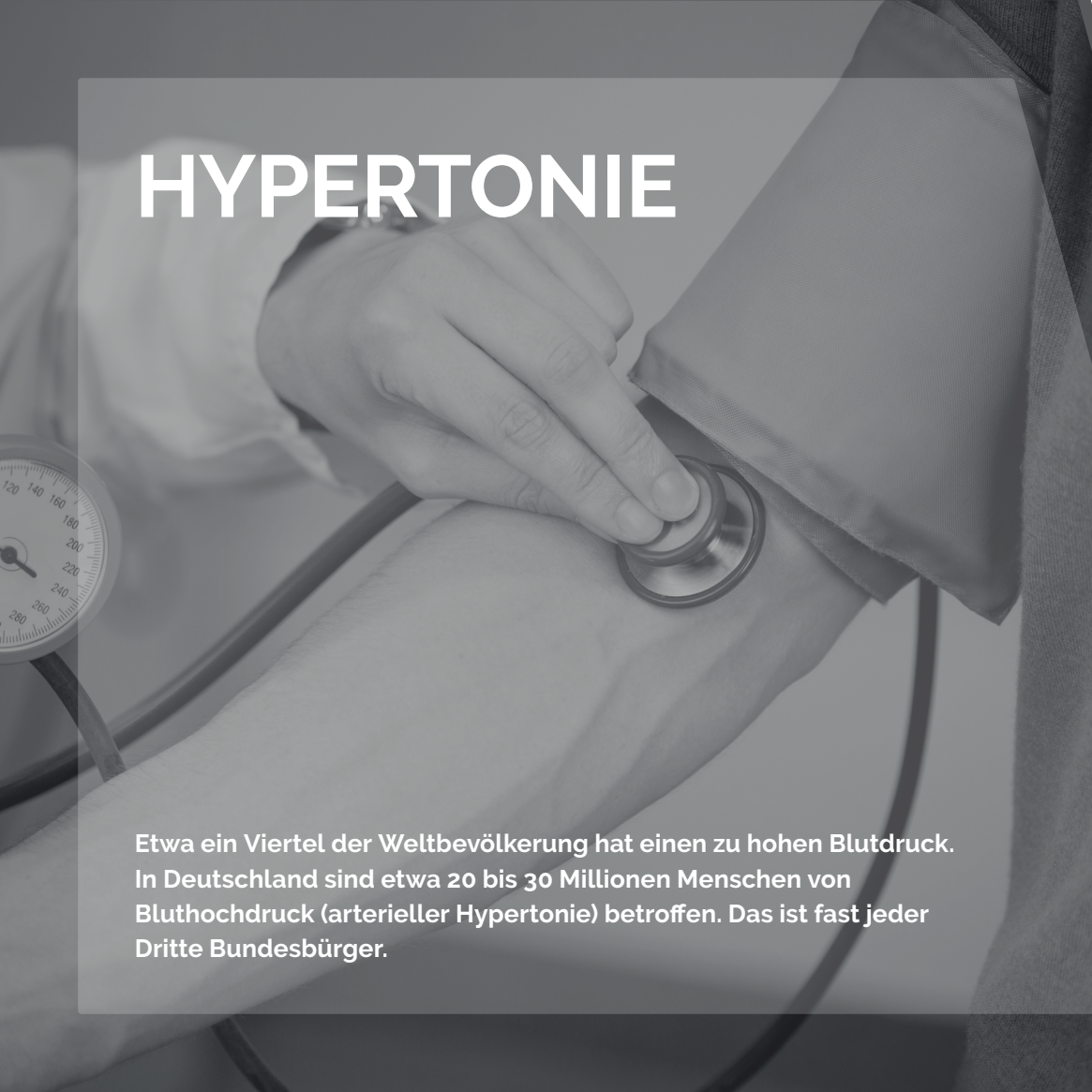


Diabetes Typ 2 ist eine typische Erkrankung der westlichen Wohlstandsgesellschaft und lässt sich mit der richtigen Ernährungsweise beinahe ausnahmslos vermeiden.

Metabolic Balance kann Diabetiker unterstützen, ihre Medikamenteneinnahme zu reduzieren und auch Nährstoffmängel durch die gezielte Auswahl individuell passender Lebensmittel auszugleichen.

Die mit Abstand nachhaltigste Behandlungsmethode ist eine fachkundige Ernährungsumstellung. Daher sprechen wir eine unbedingte Empfehlung für eine ärztliche Begleitung und ernährungsmedizinische Beratung für Diabetiker während der Umstellung aus.

HYPERTONIE



Etwa ein Viertel der Weltbevölkerung hat einen zu hohen Blutdruck. In Deutschland sind etwa 20 bis 30 Millionen Menschen von Bluthochdruck (arterieller Hypertonie) betroffen. Das ist fast jeder Dritte Bundesbürger.

Hoher Blutdruck ist weltweit das häufigste Gesundheitsrisiko und der größte Risikofaktor für Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Dabei ist er nur zum Teil genetisch bedingt. Als die häufigste zivilisatorische Ursache gilt ein Anstieg des Körpergewichts in Kombination mit Bewegungsmangel und Stress.

Menschen mit Bluthochdruck profitieren daher von Metabolic Balance auf unterschiedliche Weise. Mit einer individuellen, vitalstoffreichen, angepassten Ernährung kann bestehendes Übergewicht langfristig auf gesunde Weise reduziert und gleichzeitig die Stressresistenz gestärkt werden.

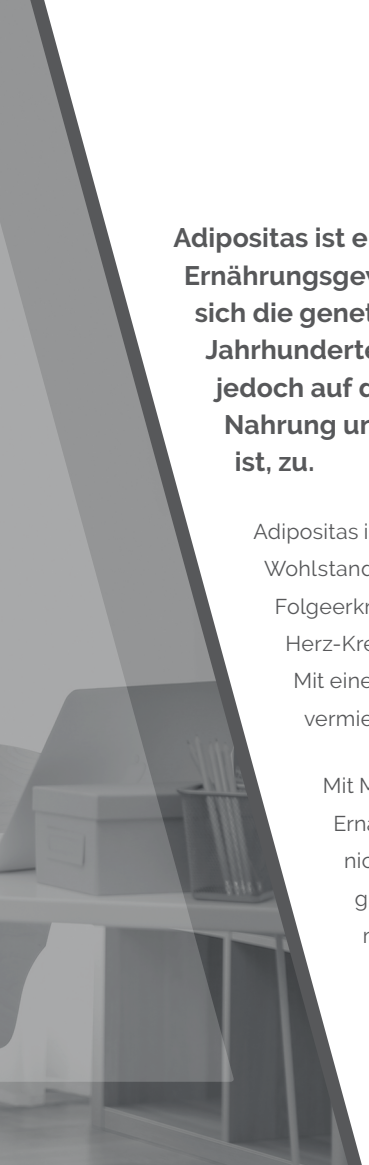
Eine gesunde Ernährung, die Vermeidung von Übergewicht, ausreichende körperliche Aktivitäten sowie der Verzicht auf Tabak und übermäßigen Alkoholkonsum sind die besten Voraussetzungen, um Bluthochdruck zu vermeiden.

ADIPOSITAS

Auch bei Kindern nehmen Übergewicht und Adipositas immer mehr zu. Circa zehn Prozent der Kinder in Deutschland sind bei ihrer Einschulung übergewichtig.

Laut WHO leiden bereits heute mehr als 640 Millionen Menschen an Adipositas. Das ist jeder achte (1 von 8) oder mehr als 12% der erwachsenen Weltbevölkerung!

Übergewicht und Adipositas sind wichtige Risikofaktoren für eine Reihe chronischer Krankheiten wie Diabetes, kardiovaskuläre Erkrankungen und Krebs.

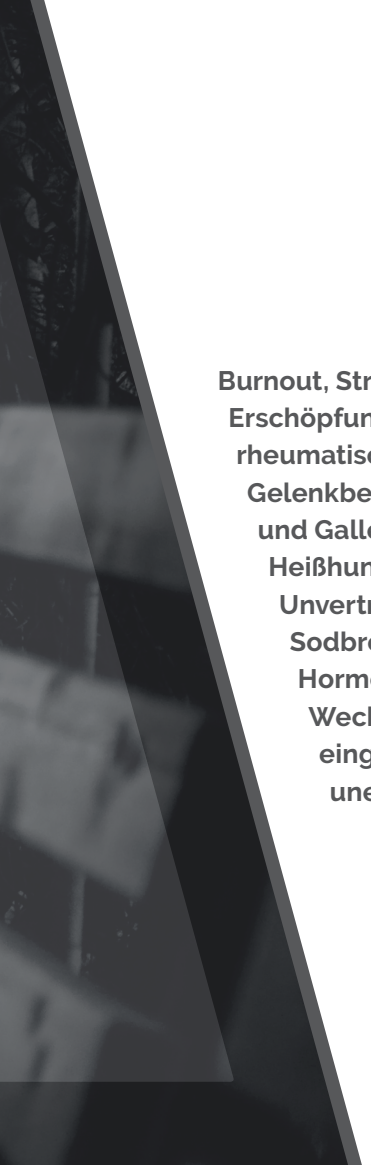


Adipositas ist ein Zusammenspiel von veränderten Ernährungsgewohnheiten, Lebensstil und Genen. Während sich die genetische Ausstattung des Menschen in den letzten Jahrhunderten nicht signifikant verändert hat, trifft dies jedoch auf das Lebensumfeld, das durch ein Überangebot an Nahrung und zunehmender Bewegungsarmut charakterisiert ist, zu.

Adipositas ist eine typische Erkrankung der westlichen Wohlstandsgesellschaft und gilt als großer Risikofaktor für Folgeerkrankungen wie Bluthochdruck und den damit einhergehenden Herz-Kreislauf-Erkrankungen, sowie Diabetes und Gelenkbeschwerden. Mit einer gesunden, richtigen Ernährungsweise kann Adipositas vermieden werden.

Mit Metabolic Balance erhält man einen individuellen Ernährungsplan mit dessen Hilfe man, langfristig und schonend, nicht nur starkes Übergewicht abbauen kann, sondern auch gleichzeitig Folgekrankheiten in Schach hält und damit wieder mehr Lebensqualität und Vitalität erlangt.

WEITERE SYMPTOME



Burnout, Stress, Depression, Leistungs- und Antriebslosigkeit, Erschöpfung, Kurzatmigkeit, Infektanfälligkeit, Migräne, rheumatische Beschwerden, Gelenkentzündung / Gelenkbeschwerden, Gicht, Osteoporose, Leber- und Gallenbeschwerden, Nieren- und Gallensteine, Heißhunger-Attacken, Nahrungsmittelallergien- und Unverträglichkeiten, Magen-Darmbeschwerden, Sodbrennen, Zucker- und Fettstoffwechselprobleme, Hormonstörungen, Hautprobleme, Schlafstörungen, Wechseljahresbeschwerden, Libidoverlust, eingeschränkte Zeugungsfähigkeit, Unfruchtbarkeit, unerfüllter Kinderwunsch ...

STOFFWECHSEL-ZYKLEN UND LEBENSPHASEN

Ernährung im Alter

Eine entscheidende Veränderung im Alter ist die Körpermassezusammensetzung, d.h. die fettfreie Körpermasse nimmt ab und die Zunahme des Körperfettanteils steigt stetig an. Der Verlust der Muskelmasse und Muskelkraft kann die Mobilität, Beweglichkeit und das Gleichgewicht ungünstig beeinflussen. Gleichzeitig wird das Sturzrisiko erhöht und der Knochenabbau gefördert.

Betrachtet man Häufigkeit und Folgen von Fehl- und Mangelernährung bei Senioren, liegen Maßnahmen zur Prävention und Therapie nahe.

Ziel von möglichen Ernährungsmaßnahmen sollte sein, die Lebensqualität zu erhalten bzw. zu verbessern. Je zeitiger Ernährungsprobleme erkannt und durch geeignete Maßnahmen zurechtgerückt werden, desto höher ist die Wahrscheinlichkeit für erfolgreiches Altern. Metabolic Balance unterstützt maßgeblich bei der Prävention von Mangelernährung und ernährungsabhängigen Erkrankungen.

Kinderwunsch

Übergewicht und die damit ausgelösten Hormonstörungen werden verstärkt für die Unfruchtbarkeit bei Frauen und Männern verantwortlich gemacht. Die Ernährung hat großen Einfluss auf die Fruchtbarkeit von Mann und Frau. Neben Eiweißen und Kohlenhydraten ist eine optimale Versorgung mit Mikronährstoffen von Bedeutung.

Mit einer vitalstoffreichen, ausgeglichenen Ernährung nach Metabolic Balance können das Gewicht schonend reduziert und Hormone wieder ins Gleichgewicht gebracht werden. Dadurch wird eine Grundvoraussetzung für eine Schwangerschaft geschaffen.

Menopause und Gewichtszunahme

Bei Gewichtsproblemen in den Wechseljahren liegt der Grund nicht unbedingt bei einer Fehlernährung oder Bewegungsmangel. Häufig ist es darauf zurückzuführen, dass sich der Hormonhaushalt im Ungleichgewicht befindet.

Eine solide Grundlage, um möglichst leicht über die Wechseljahre zu kommen, mit oder ohne Hormonpräparate, ist eine ausgewogene gesunde Ernährung.

Eine Ernährung nach Metabolic Balance kann hier gezielt eingreifen, denn die größte Herausforderung ist, dass der Körper weniger Energie benötigt, der Bedarf an essentiellen Nährstoffen und Vitalstoffen aber gleichzeitig steigt.

metabolic balance
RESET YOUR BODY
www.metabolic-balance.com
Fragen Sie Ihren Arzt
JETZT DIREKT NACHFRAGEN
nach Metabolic Balance.

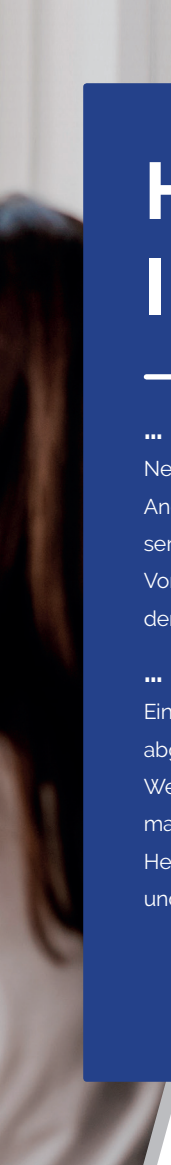
IHR ERNÄHRUNGS-PLAN – EIN GUTER PLAN

Bei Metabolic Balance wird die gesundheitliche Ausgangslage mit Vorerkrankungen, Blutbild und aktueller Medikamenteneinnahme genau betrachtet.

Ebenfalls werden Vorlieben und Abneigungen bei der Nahrung berücksichtigt.

Auch das unterscheidet dieses Programm von allen anderen Methoden und Diäten und macht es so einzigartig.

Vier Phasen und einfach umzusetzende Regeln helfen bei der erfolgreichen Durchführung des Planes und der Realisierung Ihrer Ziele.



HÖCHSTE INDIVIDUALISIERUNG

... durch Anamnese

Neben der Analyse der Blutwerte ist die detaillierte Anamnese mit den persönlichen Angaben zu Krankheiten und Medikamenteneinnahme die Voraussetzung, um einen seriösen Stoffwechsel- und Ernährungsplan erstellen zu können. Ebenfalls werden Vorlieben und Abneigungen bei der Nahrung sowie Herkunft und kultureller Hintergrund der Teilnehmer berücksichtigt.

... durch individuelle Betreuung

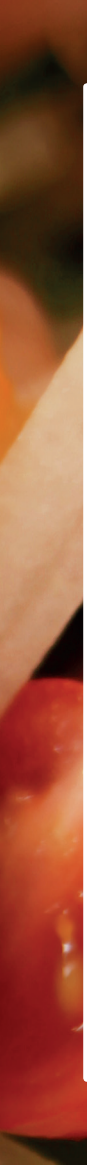
Eine Umstellung der Ernährung und des Lebensstils ist ein Prozess, der nicht über Nacht abgeschlossen ist und an dem es viele Herausforderungen zu meistern gilt. Auf diesem Weg lassen wir Sie nicht alleine, sondern unterstützen Sie mit einer persönlichen und maßgeschneiderten Betreuung. Erfahrene, in der Methode ausgebildete Ärzte, Apotheker, Heilpraktiker, Ernährungsberater und Therapeuten helfen Ihnen hierbei. So geben der Plan und die gleichzeitige Betreuung Halt, Sicherheit und echte Erfolgsaussichten - für jeden.

3 MINUTEN & 6 SEKUNDEN, DIE IHR LEBEN POSITIV VERÄNDERN KÖNNEN.

Besuchen Sie uns auf YouTube:
Unter dem Schlagwort “metabolic balance - einfach erklärt” und überzeugen Sie sich selbst.

0:44 / 3:06
http://bit.ly/2yjC9T5

METABOLIC BALANCE IHR NEUES ERNÄHRUNGS-KONZEPT



Metabolic Balance ist Vorreiter und führender Anbieter eines ganzheitlichen, ärztlich-wissenschaftlich fundierten Stoffwechselprogrammes zur Ernährungsumstellung und Optimierung des Lebensstils.

Unsere Philosophie ist es, Menschen nachhaltig und vor allem langfristig zu mehr Gesundheit, Vitalität und Leistungsfähigkeit zu verhelfen.

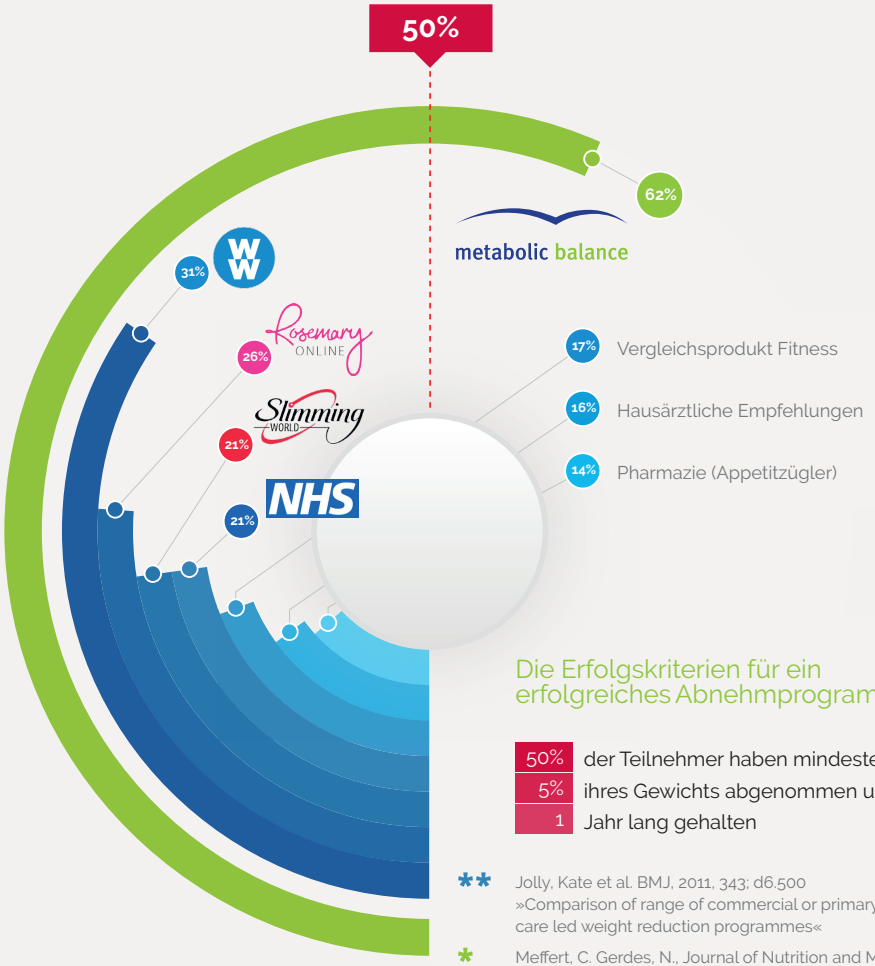
Optimal auf den einzelnen Organismus abgestimmte Nahrungsmittel harmonisieren den Stoffwechsel und halten ihn in gesunder Balance.

So verbessern sich Lebensqualität, Wohlbefinden, Laborwerte und Gewicht.

Das Konzept basiert auf dem einzigartigen und bewährten Ansatz, durch Blutanalyse und Analyse wichtiger Gesundheitsdaten einen individuellen Ernährungsplan für Klienten zu erstellen.

Speziell durch die Zusammenarbeit mit Ärzten, Apothekern, Heilpraktikern, Ernährungsberatern und Therapeuten handelt es sich um ein Produkt von hoher Qualität und seriösem Ansatz, das individuell und einfach umzusetzen ist.

Mehr als eine Million Teilnehmer bestätigen, dass dieses Programm funktioniert – und zwar nachhaltig und dauerhaft.



Die Erfolgskriterien für ein erfolgreiches Abnehmprogramm

50% der Teilnehmer haben mindestens
5% ihres Gewichts abgenommen und
1 Jahr lang gehalten

** Jolly, Kate et al. BMJ, 2011, 343; d6.500 »Comparison of range of commercial or primary care led weight reduction programmes«

* Meffert, C. Gerdes, N., Journal of Nutrition and Metabolism, 2010 »Program Adherence and Effectiveness of a Commercial Nutrition Program: The Metabolic Balance Study«

STUDIE UND WISSENSCHAFTLICHE EVALUIERUNG

Metabolic Balance legt besonderen Wert auf die wissenschaftlichen Grundlagen der Methode sowie auf die wissenschaftliche Evaluierung des Ernährungskonzeptes.

In einer im British Medical Journal veröffentlichten Studie wurden acht Vital- und Stoffwechselprogramme miteinander verglichen. Nur Metabolic Balance erreichte das Kriterium, das für den langfristigen Erfolg eines solchen Programms gefordert wird, nämlich:

> **» Es müssen 50% der Teilnehmer dieser Untersuchung mindestens 5% ihres Ausgangsgewichts abgenommen und 1 Jahr lang gehalten haben. «**

Mit Metabolic Balance haben hingegen 62,5% der Teilnehmer diese Anforderung erfüllt. 31,1% haben sogar mehr als 10% abgenommen und 1 Jahr gehalten!

REFERENZEN TEILNEHMER

Zu Anfang musste ich mich zwar an die neue Art der Ernährung gewöhnen. Als ich dann den Effekt des Programms im Spiegel entdecken konnte, war mir klar, dass ich daran fest halten muss.

Heute wiege ich 93 kg mit sensationellen Blutwerten. Ich konnte bisher mein Gewicht ohne Probleme halten, auch wenn ich schon lange nicht mehr zu 100 Prozent im Programm bin sondern mich nur an einige der acht Grundregeln halte.

Ich habe es mit Metabolic Balance nicht nur geschafft, mein Wunschgewicht zu erhalten, sondern gleichzeitig auch noch aufzuhören mit Rauchen. Außerdem bin ich mir über die Essensmengen, die der Körper braucht, viel bewusster geworden.

REFERENZEN AUS DER PRAXIS

(Arztpraxen und Therapeuten)

Nach über 3.000 Ernährungsberatungen, die ich mit dieser Methode bei meinen Kunden begleitet habe - es ist und bleibt die nachhaltigste Methode. Vor allem wird mit ganz normalen, frischen Lebensmitteln mit einfachen, schnellen Rezepten gearbeitet - das ist praxistauglich und gut durchführbar! Der Support vom Team in Isen ist großartig - Menschen, die nachhaltig ihre Gesundheit verbessern wollen, sind hier bestens aufgehoben. - *Ernährungswissenschaftlerin*

Seit über 35 Jahren bin ich als Arzt in der modernen und traditionellen Medizin tätig. Im Laufe dieser Zeit habe ich viele Ernährungsprogramme ausprobiert. MB hat sich von all diesen Programmen als die wissenschaftlichste und erfolgreichste Methode für meine Kunden bewährt. Es ist ein wesentlicher Bestandteil meiner täglichen Arbeit und der Behandlung von Stoffwechselstörungen geworden. - *Akupunkteurin & TCM-Ärztin*

FRAGEN SIE NOCH HEUTE NACH METABOLIC BALANCE

Gesundheit kann man nicht auf einen späteren Zeitpunkt verschieben. Informieren Sie sich bei Ihrem betreuenden Arzt, Apotheker, Heilpraktiker, Ernährungsberater oder Therapeuten über das Metabolic Balance Ernährungskonzept.

Je früher Sie mit dem Neustart beginnen, desto früher stärken Sie Gesundheit & Wohlbefinden, verhindern Krankheiten und steigern nachhaltig Ihre Lebensqualität.

Deshalb ist der richtige Zeitpunkt nicht irgendwann, sondern jetzt.

Lassen Sie sich von uns helfen, ein neues, gesünderes Leben zu beginnen.

Ihr Neustart für Körper & Geist

Weitere Informationen erhalten Sie hier:

Metabolic Balance GmbH & Co. KG
Bgm.-Hallwachs-Str. 8
D-84424 Isen

Tel.: +49 (0)8083 - 9079-0 • Fax: +49 (0)8083 - 9079-19
team@metabolic-balance.com

www.metabolic-balance.com